**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
детский сад «Северное сияние»**

СОГЛАСОВАНО:
Председатель Совета родителей
МБДОУ д/с «Северное сияние»
А.А.Бурмина
(ул.Дорожников д.52)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ д/с «Северное сияние»
С.А.Алгинкина
Приказ от 01.08.24 г. № 546

СОГЛАСОВАНО:
Председатель Совета родителей
МБДОУ д/с «Северное сияние»
Т.В. Саюн
(ул. Северная д.35)

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
№ 1 от 30.08.2024 год.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Путешествие в страну танца»**

Направленность: художественная
возраст детей: 5 -7 лет
срок реализации: 2 года

**Нижнесортымский
2024**

Паспорт программы

Модуль 1. «Ритмика»: -36 часов (Направлен на физическое и эстетическое развитие детей, предусматривает систематическое и последовательное обучение. Предполагается, что освоение основных Этапов модуля поможет естественному развитию организма ребенка)

Модуль 2. «Танец»: - 20 часов (Направлен на формирование танцевальных способностей: развитию чувства ритма, танцевальной выразительности, координации движений, эмоциональной отзывчивости на музыку)

Цель- Создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	«Путешествие в страну танцев»
Направленность, классификация программы	Художественная, общеразвивающая, модульная
Срок реализации программы	1 год – 56 часов 2 год – 56 часов
Ф.И.О. составителя программы	Власова Любовь Владимировна, педагог дополнительного образования. Образование – высшее педагогическое, квалификационная категория – высшая.
Территория	ХМАО-Югра, Сургутский район, с. п. Нижнесортымский
Юридический адрес учреждения	Российская Федерация, Тюменская область, ХМАО-Югра, 628447, Сургутский район, с.п. Нижнесортымский, ул. Северная, 35
Контакты	Телефон: 8 (34638) 70020 e-mail: sjanie_sortim@mail.ru
Аннотация	Занятия хореографией имеют большое значение для физического развития человека, что немало важно в современном мире компьютерных технологий. Программа направлена на формирование у обучающихся основ хореографического искусства. Занятия совершенствуют навыки основных видов движений, повышают уровень физической и умственной работоспособности, развивают выносливость. Систематические занятия танцами пропорционально развивают фигуру, вырабатывают красивую осанку, придают внешнему облику человека подтянутость и элегантность. Танец оказывает большое влияние и на формирование внутренней культуры ребенка, так как занятия танцами органически связаны с освоением основ культуры общения и этики. Вежливость, простота, внимание к партнеру, доброжелательность, приветливость – качества, которые воспитываются у обучающихся на занятиях и становятся необходимыми в жизни.
Возраст обучающихся	5-7 лет
Цель и задачи	Цель – приобщить детей к танцевальному искусству,

<p>программы</p>	<p>способствовать выявлению и раскрытию творческих способностей дошкольника посредством хореографического искусства.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <p>1. обучающие - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;</p> <p>2. развивающие – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству</p> <p>3. воспитывающие – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в парах.</p>
<p>Документы, послужившие основанием для разработки проекта</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Федеральный закон № 273-ФЗ от 21.12.2012 года «Об образовании Российской Федерации». • Конвенция о правах ребенка. • Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». • Концепция развития дополнительного образования и молодежной политики в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре. • Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Минобрнауки РФ ФГАУ «ФИРО» г. Москва, 2015 г.). • Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" <p>Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»</p>
<p>Образовательные форматы</p>	<p>Формы организации: индивидуальная, групповая.</p> <p>Программа рассчитана на 2 года</p> <p>Режим занятий: 2 раза в неделю по 20 - 30 минут</p> <p>Формы контроля: наблюдение, беседа, исполнительство или показ, личные достижения обучающегося.</p>

Требования к условиям организации образовательного процесса	<ol style="list-style-type: none"> 1. Зал хореографии, оборудованный зеркалами. 2. Видео - аудио аппаратура, интерактивная доска или проектор и экран. 3. Костюмы и обувь для творческих выступлений. 4. Коврики гимнастический – 10-15 штук 5. Скакалка гимнастическая штук-10-15 штук 6. Обручи гимнастические – 10-15 штук
Ожидаемые результаты освоения программы	<p>Первый год обучения (средняя группа). У детей формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, владеют умением двигаться в парах по кругу в танцах и хороводах, ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши. Могут выполнять простейшие перестроения.</p> <p>Второй год обучения (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.</p> <p>Третий год обучения (подготовительная группа). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения; исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения. <u>Главный ожидаемый результат</u>: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы</p>
Образовательный продукт	Хореографическая постановка
Количество обучающихся по программе	в одной группе 10 человек

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец играет важную роль в процессе эстетического и физического развития обучающихся. Это связано, прежде всего, с многогранностью бального танца, сочетающего в себе художественно-эстетическое, музыкальное, пластическое, спортивно-физическое, этическое начала. Плавные, ритмичные и энергичные движения под мелодичную, красивую и зажигательную музыку доставляют наслаждение детям, у которых стремление к движению, ритмике является важнейшей потребностью.

Занятия танцами положительно сказываются на физическом развитии детей: соразмерно развивается фигура, улучшается координация движений, вырабатывается правильная и красивая осанка, внешний облик становится грациозным и элегантным. Школьники учатся следить за правильной постановкой корпуса и головы, получают навыки общей собранности, точности и четкости движений и в результате начинают более ловко и красиво двигаться не только на занятиях, но и в повседневной жизни.

Танец оказывает большое влияние и на формирование внутренней культуры ребенка, так как занятия танцами органически связаны с освоением учащимися основ культуры общения и этики. Вежливость, простота, внимание к партнеру, доброжелательность, приветливость – качества, которые воспитываются у обучающихся на занятиях и становятся необходимыми в жизни.

Актуальность данной программы

- толерантность (взаимодействие различных культур и жанров);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных импровизаций, хореографических постановок).

Занятия хореографией имеют большое значение для физического развития человека, что немало важно в современном мире компьютерных технологий. Занятия совершенствуют навыки основных видов движений, повышают уровень физической и умственной работоспособности, развивают выносливость. Систематические занятия танцами пропорционально развивают фигуру, вырабатывают красивую осанку, придают внешнему облику человека подтянутость и элегантность. Танец оказывает большое влияние и на формирование внутренней культуры ребенка, так как занятия танцами органически связаны с освоением основ культуры общения и этики. Вежливость, простота, внимание к партнеру, доброжелательность, приветливость – качества, которые воспитываются у обучающихся на занятиях и становятся необходимыми в жизни.

Отличительной особенностью программы является то, что данная общеразвивающая программа разработана для детей без специального отбора. По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки и физических возможностей. Большое внимание уделяется формированию у воспитанников потребности здорового образа жизни посредством здоровьесберегающих технологий: это комплексы специальных упражнений, тренинги на развитие и фиксацию мышечных ощущений (мышечной памяти). Данная комплексность основывается на следующих **принципах**:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных

движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга на танцевальной площадке;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

В программе выделены следующие **направления:**

- развитие физических способностей детей;
- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- музыкально-теоретическая подготовка;
- теоретико-аналитическая работа;
- концертно-исполнительская деятельность.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- словесный;
- игровой;
- наглядный;
- практический;
- метод контроля;
- творческий метод.

Новизна программы заключается в ее модульном содержании. Каждый из модулей имеет три уровня - стартовый, базовый и продвинутый. В группу из 10 человек включены участники, осваивающие как базовый уровень, так и стартовый и продвинутый. Это дает возможность каждому обучающемуся самостоятельно для себя обозначить «зону ближайшего развития».

Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать выявлению и раскрытию творческих способностей дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

- 1. обучающие** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- 2. развивающие** – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству
- 3. воспитывающие** – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в парах.

Программа «Путешествие в страну танцев» рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 5 до 7 лет. Занятия проводятся в средней, старшей и подготовительной группах 2 раза в неделю, что соответствует СанПин, в группах наполняемость до 10 человек. Количество НОД в год – 56 ч. Зачисление происходит по желанию воспитанников и их родителей (законных представителей).

Длительность занятий: старшая группа – 25 мин., подготовительная группа – 30 мин.
Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (октябрь), итоговая (апрель).

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы.

Программа состоит из двух модулей. Содержание каждого модуля распределено таким образом, что в каждом воспитанники овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

Модуль 1. «Ритмика»

Направлен на физическое и эстетическое развитие детей, предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Образовательные задачи 1 модуля:

- формирование знаний об основных хореографических стилях и жанрах.
- формирование танцевальных способностей:
- развитие чувства ритма, танцевальной выразительности, координации движений, эмоциональной отзывчивости на музыку.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Азбука музыкального движения	2	1	1
2.	Ритмика	2	1	1
3.	Классический танец	8	1	7
4.	Народный и балльный танец	8	1	7
5.	Партерная гимнастика	8	1	7
6.	Учебно-постановочная работа	6	1	5
7.	Концертные выступления	2	-	2
	Всего часов за год:	36	6	30

Содержание курса

1. Азбука музыкального движения

ТЕОРИЯ: Элементы музыкальной грамоты, Характер музыки – веселый, грустный, спокойный. Темп музыки – медленный, умеренный, быстрый.

ПРАКТИКА: Движение в характере музыки. Маршировка, шеренга, колонна, пары, четверки. Круг – сужения и расширения. Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах. Бег «с захлестом», бег с выбросом ног вперед, назад; шаг с пятки, бег с высоким подниманием колен.

2. Ритмика

ТЕОРИЯ: Прослушивание музыки и выстукивание ритма хлопками и притопами.

ПРАКТИКА: Ритмичные шаги - вперед, назад, вправо, влево. Приставной шаг, шаг с каблука с соскоком. Повороты головы по сторонам, наклоны вправо, влево. Вращение кистей, локтей, рук. Наклоны корпуса по четырем сторонам, круговые вращения. Позиции ног – шестая и третья. Поднимание согнутой в колене ноги вверх и опускание. Приседание. Позиции рук – подготовительная, первая, вторая, третья. Прыжки по 6 позиции на двух ногах, на одной ноге, с скрещенными ногами, прыжки с продвижением вперед, назад, вправо, влево, с поворотом на 1\4 круга.

3. Партерная гимнастика

Сокращение и вытягивание стопы, вращение стоп. Наклоны корпуса к ногам. Упражнения: «кошка», «Мячик», «березка», «лягушка», «корзинка», «качели», «рыбка», «коробочка». Растяжка ног и спины. Прогибы позвоночника – «мостик».

4. Классический танец

ТЕОРИЯ: Знакомство с танцевальным станком. Беседы о значимости классического танца как основы всей хореографии. Понятие «тренаж». Правильная постановка корпуса у станка. Выворотность ног. В первом полугодии тренаж делается лицом к палке.

ПРАКТИКА:

А) выворотные позиции ног 1,2,5.

Б) «Плие» (приседание): деми-плие и гранд - плие по 1 и 2 позициям.

В) «Батман тандю» (выдвижение ноги вперед, в стороны) по 1 позиции.

Г) «Пике» (удар носка по полу)

Д) «Ролевэ» (подъем на полупальцы) по 6, 1, 2 позиции.

Е) «Сотэ» (прыжки) по 6, 1, 2 позиции.

Ж) «Ронд де жамб пар тэр» (круг ногой по полу)

4. Народный и бальный танец

ТЕОРИЯ: Элементарные сведения о том или ином виде танца. Постановка корпуса, рук, ног и головы.

ПРАКТИКА: Позиции ног (полувыворотные) 1, 2, 3, 6. Русский поклон.

Положения рук народного танца: подготовительное положение – руки опущены;

Первое положение – руки раскрыты в стороны ладонями вверх;

Второе положение – руки вытянуты и раскрыты в стороны ладонями внутрь.

Ходы русского танца: простой, переменный с ударом, с каблука, приставной шаг.

Элементы народного танца: «гармошка», «маятник», «елочка», «паровозик», «ковырялочка», «вынос ноги на каблук вперед и в стороны.

Элементы балльных танцев: «охотничий шаг», шаг «подскок», шаг «галоп», шаг «польки», шаг «полонез».

5. Репертуар

ТЕОРИЯ: Понятие о мимике, жестах, пластике тела. Понятие «танцевальный этюд».

ПРАКТИКА: Упражнения на воображение – изображение живого и неживого предмета, явлений природы, повадок животных. Изучение танцевальных композиций, с использованием усвоенной танцевальной лексики, с применением мимики и жестов. Примерный репертуар: «Ку-ка-ре-ку», «Полька для гостей», «Мячик», «Дружба», полька «Вару-вару», «Веселая разминка», «Точка, запятая»

6. Импровизация

Теория: Импровизация – сочинение музыки, танцевальных движений, стихов в момент исполнения. Особенности импровизации – хореографические композиции не подготовленные заранее.

Практика: Импровизация под музыку на заданную тему (идет дождь, изобразить животное, хорошее настроение). Методическое обеспечение занятий: аудиозаписи, видеозаписи, атрибуты, детали костюмов. Форма занятий: Традиционное, практическое, занятие-игра. Форма подведения итогов: отчетный концерт.

К концу освоения первого модуля дети овладевают знаниями: – о значении и пользе занятий спортом; – о терминологии упражнений; – о назначении гимнастического инвентаря; – о технике дыхания при выполнении упражнений; – о структуре занятия по хореографии; – о правилах безопасности на занятиях хореографией; – о гигиенических основах занятий. К концу освоения первого модуля дети погружаются в практики и –

выполняют базовые танцевальные шаги; – составляют связки базовых шагов; – исполняют танцевальные композиции.

Модуль 2. «Танец»

Направлен на формирование танцевальных способностей: развитию чувства ритма, танцевальной выразительности, координации движений, эмоциональной отзывчивости на музыку.

Образовательные задачи 2 модуля:

- формирование умений свободно, красиво и органично выразить себя в танце,
- формирование умений отразить содержание музыкального произведения.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Азбука музыкального движения	2	1	1
2.	Элементы и танцевальные движения	5	1	4
3.	Элементы народного танца	5	1	4
4.	Элементы бального и эстрадного танцев	5	1	4
5.	Партерная гимнастика	2	1	7
6.	Концертные выступления	2	-	2
	Всего часов за год:	20	9	59

Главный результат работы и детей, и педагога над вторым модулем – исполнять хореографический этюд в группе.

Содержание

Тема 1. Азбука музыкального движения

Теория: Способы чередования сильной и слабой долей такта.

Практика: Перестраивание в круг, в несколько кругов, в шеренги, в колонны.

Самостоятельное выполнение перестроения на основе танцевальных композиций (змейка, воротца, спираль).

Тема 2. Элементы и танцевальные движения.

Теория: Правильное положение рук в сольном танце. Положение рук в парных и массовых танцах. Движения рук в мужских и женских танцах.

Практика: Выполнение движений рук в мужских и женских танцах.

Тема 3. Элементы народного танца.

Теория: Правила исполнения характерных мужских движений (резкие, четкие), характерных женских движений (медленные, плавные).

Практика: Выполнение движения характерных мужских движений (резкие, четкие), характерных женских движений (медленные, плавные).

Тема 4. Элементы бального и эстрадного танцев

Теория: Положения рук как в классическом танце 1,2,3. Положение арондипокой-взлетное состояние. Позиции ног как в классике раскрытая, как в народном прямая. Положение ног (секонт, пике) Используется положения рук в стороне, впереди, на бедрах. Позиции ног как в классике используется свободная и прямая.

Практика: Выполнение движений руками: основных положений рук, позиций классического танца. Выполнение позиций ног и их положения в танце модерн.

Выполнение движений руками: основных положений рук, позиций классического танца. Выполнение позиций ног и их положения в джаз танце.

Тема 5. Партерная гимнастика

Теория: Техника выполнения упражнений, способствующих растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, позволяющих улучшить выворотность ног, упражнений на укрепление мышц брюшного пресса.

Практика: Выполнение упражнений, способствующих растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, позволяющих улучшить выворотность ног, упражнений на укрепление мышц брюшного пресса.

Тема 6. Концертное выступление

Практика: Репетиция со всеми готовыми реквизитами. Концертное выступление

В процессе обучения используются следующие формы занятий: традиционные и нетрадиционные формы обучения. На первых этапах обучения активно используются игровые методики, просмотр видео материалов.

Занятия осуществляются по нескольким формам:

- Теоретические занятия (просмотр видеоматериалов).
- Практические общие занятия.
- Индивидуальные занятия.

Общие занятия строятся по определенной структуре:

- вводная часть (подготовка детей к основной части, разминка).
- основная часть (составление и изучение технических элементов и композиций, совершенствование изученных схем).
- заключительная часть (выполнение технических элементов под музыку).

Основные методы работы: Разнообразие учебного материала позволяет применять на занятиях различные методы обучения: частично-поисковый, проблемный, объяснительно - иллюстративный, наглядный, словесный, практический. В зависимости от поставленных целей используются различные типы занятия: традиционное, практическое, творческое, игра, и другие. Организационные формы работы на занятии определяются педагогом в соответствии с поставленными целями и задачами.

Образовательные результаты: - обнаружение ошибок при выполнении заданий, отбор способов их исправления; - анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, - выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; - технически правильное выполнение двигательных действий.

Предметные результаты: - выполнение танцевальных комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки); - развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

К концу освоения второго модуля дети овладевают знаниями: – об особенностях выполнения упражнений; – о методах самоконтроля при выполнении упражнений; – об основах дыхания при физических нагрузках; – о комбинировании связок танцевальных шагов; – о строении человека, о работе определенных групп мышц. К концу освоения второго модуля дети погружаются в практики – составляют связки из изученных элементов; – грамотно и выразительно исполнять танец; – воспроизводить заданный

ритмический рисунок хлопками; – владеть корпусом во время исполнения движений; – ориентироваться в пространстве; – координировать свои движения; – исполнять хореографический этюд в группе.

Компетентностные результаты: - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; - проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями; - проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

На каждом этапе обучения дается материал по 9 основным разделам:

1. Азбука музыкального движения
2. Ритмика
3. Классический танец
4. Народный танец
5. Историко-бытовой и бальный танец
6. Эстрадно-джазовый танец.
7. Игровой самомассаж.
8. Слушаем и фантазируем.
9. Партерная гимнастика.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А. Я. Ваганова, Т. А. Устиновой, Т. С. Ткаченко и др. Программа по реализации дополнительной платной услуги по «Хореографии» разработана с учётом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов танцевальной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей, на основе базовой программы «Детство» под редакцией Е. Г. Сайкина, Ж.Е. Фирилёва.

Основой занятий по хореографии является изучение классического танца, т.к. он является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин и источником высокой исполнительской культуры.

Ведущая идея данной программы дополнительного образования по хореографии является то, чтобы избавить ребенка от комплексов, научить его творчески мыслить и оценивать свои способности, стремясь к развитию личностных качеств успешного человека.

Характеристика разделов программы.

1). Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2). Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? Партерный экзерсис- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать

выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3). Игрогимнастика.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), а также общеразвивающие, акробатические упражнения, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

4). Игроритмика.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Путешествие в страну танцев».

5). Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях.

А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. В дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях.

6). Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А. Я. Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7). Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

8). Игровой самомассаж.

Является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее

настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребёнка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

9). «Слушаем и фантазируем».

После прослушивания музыкального произведения дети рассказывают о музыке, передают свои впечатления. Затем лепят, рисуют, вырезают из бумаги (по желанию) то, что услышали в музыке. В последующих занятиях пытаются отобразить услышанное в пластических движениях.

СТАРШАЯ ГРУППА.

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p><u>Занятие 1.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве.</i></p> <p><u>Занятие 2.</u> (к.т.) Положения и движения ног.</p>	<p><u>Занятие 3.</u> (к.т.) Положения и движения рук.</p> <p><u>Занятие 4.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание мален.приседания и подъема на полупальцы.</p>	<p><u>Занятие 5.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.</p> <p><u>Занятие 6.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног(выворотные); - relieve по 1,2,3 позициям.</p>	<p><u>Занятие 7.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат А.Я.Вагановой; <i>Положения и движения ног:</i> -sotte по 1,2,6 позиции по точкам зала.</p> <p><u>Занятие 8.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - sotte в повороте (по точкам зала).</p>
<p><u>Занятие 9-10.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе</p>	<p><u>Занятие 11-12.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук.</p>	<p><u>Занятие 13.</u> (к.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i></p> <p><u>Занятие 14.</u> (к.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i></p>	<p><u>Занятие 15.</u> (к.т.) <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i></p> <p><u>Занятие 16.</u> (к.т.) <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i></p>
<p><u>Занятие 17.</u> (н.т.)</p>	<p><u>Занятие 19.</u> (н.т.)</p>	<p><u>Занятие 21.</u> (н.т.)</p>	<p><u>Занятие 23.</u> (н.т.)</p>

<p>Повторение 2 года обучения. Положения и движения ног. <u>Занятие 18.</u> <u>(н.т.)</u> Повторение 2 года обучения. Положения и движения рук.</p>	<p>Повторение 2 года обучения. Положения и движения ног. <u>Занятие 20.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения рук: - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок.</p>	<p>Движения ног: - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом. <u>Занятие 22.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).</p>	<p>Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта). <u>Занятие 24.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).</p>
<p><u>Занятие 25.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié. <u>Занятие 26.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с прит.</p>	<p><u>Занятие 27.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения рук: - «приглашение». Движения ног: - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу. <u>Занятие 28.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения рук: - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».</p>	<p><u>Занятие 29.</u> <u>(н.т.)</u> Положения рук в паре: - «лодочка» (поворот под руку). <u>Занятие 30.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.</p>	<p><u>Занятие 31.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - простой дробный ход (с работой рук и без). <u>Занятие 32.</u> <u>(н.т.)</u> Положения рук в паре: - «под ручки» (лицом вперед). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).</p>
<p><u>Занятие 33.</u> <u>(н.т.)</u></p>	<p><u>Занятие 35.</u> <u>(н.т.)</u></p>	<p><u>Занятие 37.</u> <u>(н.т.)</u></p>	<p><u>Занятие 39.</u> <u>(н.т.)</u></p>

<p>Положение рук в паре: - «под ручки» (лицом друг к другу).</p> <p>Движения ног: - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.</p> <p><u>Занятие 34.</u> (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.</p>	<p>Положения рук в паре: - сзади за талию (по парам, тройкам).</p> <p>Движения ног: - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию).</p> <p><u>Занятие 36.</u> (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.</p>	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - «змейка»; - «ручеек».</p> <p><u>Занятие 38.</u> (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</p>	<p>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</p> <p><u>Занятие 40.</u> (н.т.) Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.</p>
<p><u>Занятие 41.</u> (н.т.) Движения ног: - «шаркающий шаг».</p> <p><u>Занятие 42.</u> (н.т.) Движения ног: - «елочка»; (мальчики): - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).</p>	<p><u>Занятие 43.</u> (н.т.) Движения ног: - «гармошка»; (девочки): - простой бег с открыванием рук в подг. позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).</p> <p><u>Занятие 44.</u> (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» с 2 и тройным притопом; (девочки): - мал.приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».</p>	<p><u>Занятие 45.</u> (н.т.) Движения ног: - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад.</p> <p><u>Занятие 46.</u> (н.т.) Движения ног: (мальчики): - подскоки на 2 н. (1 прямая, свободная поз.); (девочки): - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».</p>	<p><u>Занятие 47.</u> (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка».</p> <p>(н.т.) Движения ног: - «припадание» вперед и назад по 1 прям. позиции.</p> <p><u>Занятие 48.</u> (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «корзиночка».</p> <p>Танц.комбинация, построенная на движениях н. т. «Кадриль».</p>
<p><u>Занятие 49-50.</u> (б.т.) Постановка</p>	<p><u>Занятие 51-52.</u> (б.т.) Движения ног:</p>	<p><u>Занятие 53.</u> (б.т.) Движения ног:</p>	<p><u>Занятие 55.</u> (б.т.) Танцевальная</p>

<p><i>корпуса, головы, рук и ног.</i></p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: бытовой и танцевальный. - поклон, реверанс. 	<p>-«боковой галоп» простой (по кругу), - с притопом (по линиям).</p> <p>Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «боковой галоп» вправо, влево. 	<ul style="list-style-type: none"> - «пике» (1-ый) в прыжке. <p>Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкое покачивание лицом друг к другу; поворот по парам. <p><u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</u></p> <p><u>Занятие 54.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p>Положения рук в паре: основ. поз., -«корзиночка».</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на п/п по кругу по парам лицом и спиной вперед. <p>Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг 	<p><u>комбинация, построенная на элементах бального танца.</u></p> <p><u>Занятие 56.</u></p> <p><u>Итоговое контрольное занятие.</u></p>
--	---	---	--

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА.

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p><u>Занятие 1.</u></p> <p><i>Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)</i></p> <p><u>Занятие 2.</u></p> <p>Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).</p>	<p><u>Занятие 3.</u></p> <p>Классический танец (положения и движения ног).</p> <p><u>Занятие 4.</u></p> <p><u>(к.т.)</u></p> <p>Движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - port de bras. 	<p><u>Занятие 5.</u></p> <p><u>(к.т.)</u></p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> • relieve. <p>Повторение 3 года обучения.</p> <p>Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве)</p> <p><u>Занятие 6.</u></p> <p><u>(к.т.)</u> Движения ног:- demi – plie.</p>	<p><u>Занятие 7.</u></p> <p><u>(к.т.)</u></p> <p>Движения ног: battement tendu.</p> <p>Повторение 3 года обучения.</p> <p>Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве)</p> <p><u>Занятие 8.</u></p> <p><u>(к.т.)</u> Движения ног:- passéy.</p>
<p><u>Занятие 9-10.</u></p> <p><u>Диагностика уровня</u></p>	<p><u>Занятие 11- 12.</u></p> <p><u>Диагностика уровня</u></p>	<p><u>Занятие 13.</u></p> <p><u>(н.т.)</u></p>	<p><u>Занятие 15.</u></p> <p><u>(н.т.)</u></p>

<p><u>Музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</u></p>	<p><u>Музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</u></p>	<p>Движения ног: - поклон в русском характере. Занятие 14. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.(н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое.</p>	<p>Движения ног: - хороводный шаг с остановкой ноги сзади. Занятие 16. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.</p>
<p>Занятие 17. (н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад. Занятие 18. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.</p>	<p>Занятие 19. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель». Занятие 20. (н.т.) Движения ног: - боковое «припадание» по 3 позиции.</p>	<p>Занятие 21. (н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте. Занятие 22. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p>Занятие 23- 24. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</p>
<p>Занятие 25. (н.т.) Движения ног: - кадрильный шаг с каблука. Занятие 26. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (полупальцами по полу). Занятие 28. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.</p>	<p>Занятие 29. (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук). Занятие 30. (н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p>Занятие 31. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте. Занятие 32. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 позиции с продвижением .</p>
<p>Занятие 33. (н.т.) Движения ног: - поочередное</p>	<p>Занятие 35. (н.т.) Движения ног: - подготовка к</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) Движения ног: - прыжок с</p>	<p>Занятие 39. (н.т.) Движения ног: - пружинящий</p>

<p>выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте.</p> <p><u>Занятие 34.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p>«веревочке».</p> <p><u>Занятие 36.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «веревочка».</p>	<p>поджатыми; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).</p> <p><u>Занятие 38.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»).</p> <p><i>Движения в паре:</i> - соскок</p>	<p>шаг под ручку по кругу; <u>(мальчики):</u> -присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.</p> <p><u>Занятие 40.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку в повороте;</p>
<p><u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца».</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.</p>	<p><u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «карусель».</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p>	<p><u>Занятие 45.</u> <i>«Русская плясовая».</i></p>	<p><u>Занятие 47.</u> <i>Повтор 2 года обучения.</i> Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).</p>
<p><u>Занятие 42.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - «гусиный шаг».</p>	<p><u>Занятие 44.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p>	<p><u>Занятие 46.</u> <i>«Русская плясовая».</i></p>	<p><u>Занятие 48.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).</p>
<p><u>Занятие 49.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте. - прыжок из 6</p>	<p><u>Занятие 51.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i></p>	<p><u>Занятие 53.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - л/ бег на п/пальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по</p>	<p><u>Занятие 55.</u> <u>(б.т.)</u> <u>Подготовка к контрольному занятию.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-</u></p>

Периодичность мониторинга обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Содержание мониторинга соответствует содержанию дополнительной программы обучения и воспитания детей.

Ребенок оценивается по баллам:

1 балл - ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает;

2 балла – ребенок с помощью взрослого некоторые предложенные задания;

3 балла – ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого;

4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все предложенные задания;

5 баллов – ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

Диагностическая методика.

Месяц	Задания	Старшая группа	Подготовительная группа
Октябрь	Игроритмика. Игрогимнастика. Классический экзерсис Креативная гимнастика.	<p>Ходьба на каждый счёт и через счёт. (“Эстрадный марш” ав. не изв.)</p> <p>Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Строчные приёмы: ”Становись!” “Разойдись!” (“Спортивный тренаж”)</p> <p>Основные позиции рук и ног. Постановка корпуса. Demi plie по 1, 2 позиции ног. (“Венецианская ночь”)</p> <p>Слушаем и фантазируем на тему “Шторм” (В.Мей “Шторм”)</p> <p>Танцевальная комбинация “Танец дождика и зонтиков” (франц. мелодия из фильма)</p>	<p>Хлопки и удары ногой на сильную долю такта на 2/4, 3/4 м/р. (Марш из к/ф “Весёлые ребята” И. Дунаевский)</p> <p>Строчные приёмы: “Направо!” “Налево!” “Кругом!” ОУ по типу “Зарядка”. (“Весёлый тренаж”)</p> <p>Постановка корпуса. Комбинация у опоры. (“Полька Анна”)</p> <p>Специальные задания “Повтори за мной” (“Хендс ап”)</p> <p>Танцевальная комбинация “Листопад” (А.Пугачёва “Листопад”)</p>
Апрель	Игроритмика.	Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками	Гимнастическое дирижирование- тактирование

		<p>через счёт и наоборот. (Эстрадный марш” ав. не изв.) “Задания пантеры Багиры” (“Весёлый тренаж”)</p>	<p>на м/р 4/4, ¾. (“Физкультурный марш” И. Дунаевский)</p>
	Игрогимнастика.	<p>Demi plie по всем основным позициям. Battement tendu крестом. Releve по 1 позиции. Port de bras 1-ое. (“Спокойная ходьба” В.Моцарт).</p>	<p>Основные движения с обручами и лентами. Горизонтальное равновесие на одной ноге “Ласточка” (“Ты в этом слове есть” Ю. Антонов) Основные позиции рук иног. Комбинация у опоры и на середине.. Port de bras 1-ое. Sote по всем позициям. 31 (Рахманинов “Гуссары и куклы”)</p>
	Классический экзерсис	<p>Специальные задания “Повтори за мной” (“Танец медведей”)</p>	<p>Специальные задания “Танцевальный вечер” (“Школьная кадрили” И Понамарёва “Полонез” Андреева)</p>
	Креативная гимнастика.	<p>Танцевальная комбинация “Танец цветов” (“Не рвите цветы , не рвите”Ю. Антонов)</p>	<p>Танцевальная комбинация “Вальс” (“Итальянский вальс” авт. не изв.)</p>
	Танцевальные движения.		

Глоссарий

Терминология классического и народного танцев сложилась в 17 веке (1661г.) во Франции, в Королевской Академии танца. С того времени французский язык остался в ней обязательным.

АДАЖИО – медленно; медленная часть танца

АЛЛЕГРО – быстро; прыжки

АПЛОМБ – устойчивость

АРАБЕСК – поза классического танца – 1я, 2я, 3я, 4я
АССАМБЛЕ – прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе на 2 ноги
АТТИТЮД – поза, когда поднятая нога вверх полусогнута
БАЛАНСЭ – покачивающее движение
БАТМАН – размах, биение
БАТМАН ДЭВЭЛОППЭ – раскрытие ноги на 90 градусов
БАТМАН ДУБЛЬ ФРАППЭ – движение с двойным ударом
БАТМАН ФОНДЮ – мягкое, тающее движение
БАТМАН ТАНДЮ – отведение и приведение прямой ноги
ПА ДЕ БАСК – шаг басков
ПА ДЕ БУРРЭ – чеканный танцевальный шаг, с переступанием и продвижением
КАБРИОЛЬ – прыжок на месте с подбиванием одной ноги другой
ШАНЖМАН ДЕ ПЬЕ – прыжок с переменной ног в воздухе
ПА ШАССЭ – партерный прыжок с продвижением, с подбиванием одной ноги
ПА ДЕ ША – кошачий шаг
ПА СИЗО – ножницы
КРУАЗЭ – скрещивание ног, одна нога закрывает другую
АН ДЕДАН – внутрь, в круг
АН ДООР – наружу
ДЕМИ ПЛИЕ – маленькое приседание
ЭФАССЭ – развернутое положение корпуса и ног
АНТРОША – прыжок с занозкой
АНФАС – прямо
ГЛИССАД – скользящий по полу прыжок
ГРАНД – большой
ЖЭТЭ – бросок ноги на месте или в прыжке
ПАССЭ – связующее движение
ПОР ДЕ БРА – упражнение для рук, корпуса, головы, наклоны корпуса
ПРЭПАРАСЬОН – подготовка
РОЛЕВЭ – подъем на полупальцы
РОНД ДЕ ЖАМБ ПАР ТЭР (АН ЛЕР) – круг ногой по полу (в воздухе)
СОТЭ – прыжок на месте по позициям
СИССОН – вид прыжка
СЮР ЛЕ КУ ДЕ ПЬЕ – положение одной ноги на щиколотке другой
ТАН ЛИЕ – слитное движение
ТУР – поворот
ТУР ШЭНЭ – быстрые связующие повороты один за другим
ВЫВОРОТНОСЬ – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах
КООРДИНАЦИЯ – соответствие и согласование всего тела.

Список литературы:

1. Зарецкая Н. В., Роот З.Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис –пресс, 2007.
2. Зарецкая Н. В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста.- М.: Айрис –пресс, 2007.
3. Иванникова О. В. Народные танцы. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2007.
4. Лифиц И. Л. Ритмика.- Учебное пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. Заведений.- М.: Издательский центр «Академия», 1999.
5. Картушина М. Ю. – Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2004.
6. Картушина М. Ю. – Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2004.
7. Костина Э.П. -Показатели развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе музыкального образования / Камертон: Программа муз. образования детей раннего и дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 2004 .
8. Каплунова И., Новоскольцева И., Алексеева И. Ладушки. Топ-топ, каблучок танцы в детском саду.-Издательство «Композитор- Санкт-Петербург», 2002.
9. Мерзлякова С. И. – Фольклор- музыка- театр.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС , 1999.
10. Светинская В., Окунева В., Завалишина Т.- Балетная музыка для детских хореографических кружков. – М., Музгиз, 1963.
11. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика в детском саду. – М., 2004.
12. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 1: Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
13. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 2: Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2005.
14. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 3: Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2005.
15. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4: Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2006.
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 5: Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2007.
17. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей новогодний репертуар : Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2009.
18. Суворова Т.И. Танцуй малыш. Учебное пособие.- СПб.: «Музыкальная палитра», 2006.
19. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.М.2003.
20. Роот З. Я. – Танцевальный калейдоскоп. Авторские композиции для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет).-М.издательство АРКТИ, 2001.
21. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей по Программе «Детство». Учебно- методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб.: «Детство-пресс», 2001.
22. Фёдорова Г.П. Танцы для детей. Методическое п.- СПб.: «Детство-пресс», 2000.
23. Чибрикова- Луговская А.Е. Музыкальное и физическое развитие на занятиях ритмикой.-М.: Классик Стиль, 2003.